

Các quy định mới về việc loại bỏ chất béo trans được áp dụng đối với các hệ thống cửa hàng ăn uống tại Hạt King

Trong tháng 7 năm 2007, Sở Y tế Hạt King đã thông qua một quy định mới. Quy định này yêu cầu tất cả các hệ thống cửa hàng ăn uống trong hạt không được sử dụng hoặc bán các thực phẩm có chứa chất béo trans nhân tạo vào năm 2009. Chất béo trans nhân tạo có trong các sản phẩm có chứa dầu ăn hydro hóa một phần. Dầu ăn hydro hóa một phần có trong các chất béo shortenings, bơ margarine, và dầu ăn dạng lỏng. Quy định này không áp dụng đối với các sản phẩm được bán trong bao bì gốc được niêm phong của nhà sản xuất (chẳng hạn khoai tây chiên, bánh nướng xốp, hoặc bánh ngọt đóng gói). Quý vị có thể tìm hiểu thêm về quy định này tại <http://www.metrokc.gov/health/healthyeating>. Quy định mới này chia làm hai giai đoạn:

Từ ngày 1 tháng 5 năm 2008:

- Quý vị không được dùng dầu ăn hydro hóa một phần, bao gồm chất béo shortenings chứa dầu ăn hydro hóa một phần, để chiên, áp chảo, hoặc nướng, v.v.. hoặc làm chất phết thay bơ.
- Quý vị có thể tiếp tục dùng một số thực phẩm chứa chất béo trans nếu Bảng Thành phần Dinh dưỡng của nhà sản xuất ghi rằng hàm lượng chất béo trans dưới 0,5g trong mỗi phần ăn. [Các quy định của Liên bang cho phép nhà sản xuất dán nhãn sản phẩm có chứa hàm lượng chất béo trans dưới 0,5g trong mỗi phần ăn là “không chất béo trans” hoặc “hàm lượng chất béo trans bằng 0”.]
- Quý vị có thể tiếp tục sử dụng các chất phết trên thức ăn được dán nhãn là “bơ margarine” và để chiên thức ăn nhúng dầu hoặc bánh bơ ngọt bằng bất cứ loại dầu ăn hydro hóa một phần nào cho đến ngày 1 tháng 2 năm 2009.

Từ ngày 1 tháng 2 năm 2009: Quý vị không được sử dụng hoặc bán bất cứ sản phẩm nào chứa dầu ăn hydro hóa một phần. Hạn chế này được áp dụng đối với mọi loại thực phẩm, bao gồm nhưng không giới hạn:

- các sản phẩm bán sỉ như hỗn hợp bột bánh kếp (pancake mix).
- các món sơ chế được dùng trong công thức nấu ăn, chẳng hạn các graham cracker dùng cho cùi bánh crust.
- các sản phẩm sơ chế như thực phẩm đông lạnh sẽ được chế biến trong các cơ sở kinh doanh thực phẩm, hoặc trong các bánh nướng xốp hoặc các sản phẩm khác được bán riêng từng món.

Sẽ có ngoại lệ nếu Bảng Thành phần Dinh dưỡng của nhà sản xuất ghi rằng hàm lượng chất béo trans bằng 0 hoặc dưới 0,5g trong mỗi phần ăn.

Làm thế nào biết thực phẩm của bạn có chứa chất béo trans nhân tạo hay không:

- Trước tiên, kiểm tra Bảng Thành phần Dinh dưỡng. Nếu trên bảng cho thấy hàm lượng chất béo trans bằng 0 hoặc dưới 0,5g trong mỗi phần ăn, thì quý vị có thể dùng thực phẩm này.
- Nếu không có Bảng Thành phần Dinh dưỡng, hãy kiểm tra danh mục thành phần dinh dưỡng để xem có liệt kê các thành phần “hydro hóa một phần” hay không. Nếu thấy các từ “hydro hóa một phần” thì hãy yêu cầu nhà sản xuất thông báo lượng chất béo trans được tính theo g trong mỗi phần ăn.
- Nếu không có Bảng Thành phần Dinh dưỡng, cũng không có danh mục thành phần dinh dưỡng, thì hãy yêu cầu nhà sản xuất liệt kê lượng chất béo trans chứa trong mỗi phần ăn.
- Chi dùng các thực phẩm có hàm lượng chất béo trans dưới 0,5g trong mỗi phần ăn. Thông tin này phải luôn được thông báo trên đầu trang hoặc trong các tài liệu khác của nhà sản xuất có kèm tên công ty và địa chỉ. Hãy giữ lại thông báo hoặc công văn này để trình cho thanh tra Sở Y tế Công cộng khi được yêu cầu.

Những chất thay thế chất béo trans: Có nhiều loại dầu ăn, chất béo shortenings, bơ margarine, chất phết trên thức ăn và các sản phẩm khác không chứa chất béo trans nhân tạo. Hãy trao đổi ngay với nhà phân phối của quý vị về các sản phẩm không chứa chất béo trans, và bắt đầu thử nghiệm các sản phẩm không chứa chất béo trans. Để góp ý về các chất thay thế, hãy truy cập trang web của Trung Tâm Hỗ trợ Thông tin về Chất béo Trans của thành phố New York tại: <http://www.citytech.cuny.edu/notransfatnyc/>.

Đã chỉnh sửa 1/16/08. Tài liệu này sẽ được cập nhật: Hãy truy cập <http://www.metrokc.gov/health/healthyeating/> hoặc gọi theo số 206-205-8777 để cập nhật thông tin.